

# TUL:n seurojen Unelmien Kuntoviikko

Tervetuloa tutustumaan TUL:n seurojen jumppatarjontaan!  
Viikon kaikki jummat ovat maksuttomia ja avoimia kaikille.

23.-29.9.  
2019

## MAANANTAI 23.9.

**klo 17.00-18.00**  
**Soft/tuolijumppa**  
Pihlavan seurakuntasali  
*Pihlavan Työväen Urheilijat*

**klo 18.00-19.00**  
**Muokkaus**  
Cygnaeuksen koulu  
*Porin Pyrintö*

**klo 18.30-19.30**  
**Muokkausjumppa**  
Pihlavan seurakuntasali  
*Pihlavan Työväen Urheilijat*

**klo 19.00-20.00**  
**Keppijumppa**  
Cygnaeuksen koulu  
*Porin Pyrintö*

**klo 20.00-21.00**  
**Kuntotreeni**  
Länsi-Porin koulu  
*Preiviikin Kiri*

**klo 20.00-21.00**  
**Sähly**  
Kyläsaaren koulu  
*Preiviikin Kiri*

## TIISTAI 24.9.

**klo 18.45-20.00**  
**Naisten musiikkiliikunta**  
Kaarisillan koulu  
*Porin Työväen Naisvoimist.*

**klo 18.30-19.45**  
**Kehonhuolto**  
Pihlavan vanha koulu  
*Pihlavan Työväen Urheilijat*

## KESKIVIIKKO 25.9.

**klo 17.30-18.30 ja**  
**klo 18.30-19.30**  
**Ohjattu kuntosali naisille**  
Meri-Porin uimahallin  
kuntosali  
*Pihlavan Työväen Urheilijat*

## TORSTAI 26.9.

**klo 17.15-19.00**  
**Naisten musiikkiliikunta**  
Käppärän koulu  
*Porin Työväen Naisvoimist.*

**klo 18.00-19.00**  
**Muokkaus**  
Cygnaeuksen koulu  
*Porin Pyrintö*

**Juoksukoulu**  
**klo 18.00-19.00**, 3-12 v.  
**klo 19.00-20.00**, yli 12 v. ja aik.  
Preiviikin urheilukenttä  
*Preiviikin Kiri*

**klo 19.30-20.30**  
**Kahvakuula**  
Enäjärven koulu  
*Oma kuula mukaan!*  
*Pihlavan Työväen Urheilijat*

**klo 19.30-20.30**  
**Vesitreeni**  
Meri-Porin uimahalli  
*Pihlavan Työväen Urheilijat*

**klo 20.00-21.00**  
**Naisten kuntoilusähly**  
Meri-Porin yhtenäiskoulu  
*Pihlavan Työväen Urheilijat*

